होली

श्री होलिकायै नमः

Essence Of Astrology

- By Lokesh Agrawal

संस्करण : १.०
फाल्गुन शुक्ल पञ्चमी २०७९ विक्रम सम्वत

होली का त्यौहार फाल्गुन मास की पूर्णिमा तिथि को मनाया जाता है। इसको हुताशनी पूर्णिमा, फाल्गुनिका, पटवास-विलासिनी भी कहते हैं। फाल्गुन की पूर्णिमा मन्वादि है और इसी का नाम होलिका है। अतंर इतना है की मन्वादि के लिए पूर्वाह्नव्यापनी ग्रहण करनी चाहिये और होलिका पर्व मनाने के लिए प्रदोषव्यापनी और भद्रा से रहित ग्रहण करनी चाहिये

"फाल्गुनीपौर्णमासी मन्वादिः।। सा पौर्वाह्नकी इयमेव होलिका।। सा प्रदोष व्यापिनी भाद्रराहिता ग्राह्या।।"

मन्वादि - पूर्वाह्नव्यापिनी फाल्गुन पूर्णिमा (क्योंकि मन्वादि में पूर्वाह्न में श्राद्ध प्रमुख कर्म है)
होलिका - प्रदोषव्यापिनी फाल्गुन पूर्णिमा (क्योंकि होलिका में प्रदोषकाल में होलिका प्रज्वलन प्रशस्त है)

इस लेख में हम होलिका के विषय में बतायेंगे। होली का प्रमुख कृत्य है होलिका दहन अतः सर्वप्रथम इस वर्ष उसके मुहूर्त के बारे में बताते हैं

होलिका दहन मुहूर्त २०२३

होलिका दहन में पूर्वविद्धा प्रदोषव्यापिनी पूर्णिमा ली जाती है। यदि वह दो दिन प्रदोषव्यापिनी हो तो दूसरी लेनी चाहिये। होलिका दहन में भद्रा का त्याग प्रमुख विषय है।

प्रतिपदा, चतुर्दशी, भद्रा और दिन के समय होली जलाना सर्वथा त्याज्य है कुयोगवश यदि जला दी जाए तो वहाँ के राज्य, नगर और मनुष्य अद्भुत उत्पातों से एक ही वर्ष में हीन हो जाते हैं।
प्रतिपद्भूतभद्रासु यार्चिता होलिका दिवा ।
संवत्सरं तु तद्राष्ट्रं पुरं दहति साद्भुतम् ॥ (चन्द्रप्रकाश)

इस वर्ष **०६/०७ मार्च २०२३** सूर्योदय से पूर्व (०७ मार्च सूर्योदय से पूर्व) में होलिका दहन शास्त्रसम्मत होगा जिसका समय ०५:१६ - ०६:३८ (गाजियाबाद शहर अनुसार) होगा क्योंकि ०६ मार्च को प्रदोषव्यापिनी पूर्णिमा प्राप्त हो रही है परन्तु सांय १६:१८ से अगले दिन ०७ मार्च प्रातः ०५:१५ तक भद्रा का वास रहेगा। ०७ मार्च को पूर्णिमा सूर्यास्त से पूर्व ही सांय १८:०९ तक समाप्त हो रही है। शास्त्र कहते हैं यदि पहले दिन प्रदोष के समय भद्रा हो और दूसरे दिन सूर्यास्त से पहले पूर्णिमा समाप्त होती है तो भद्रा के समाप्त होने की प्रतीक्षा करके सूर्योदय होने से पहले होलिकादहन करना चाहिए।
दिनार्धात् परतो या स्यात् फाल्गुनी पूर्णिमा यदि ।
रात्रौ भद्रावसाने तु होलिकां तत्र पूजयेत् ॥ (भविष्योत्तर)

होलिका त्यौहार क्यों मनाया जाता है इसके लिए एक लोककथा अत्यंत प्रसिद्द है। लोककथा के अनुसार हिरण्यकशिपु की बहिन होलिका ने प्रह्लाद के वध के लिए उसे अपनी गोद में लेकर अग्नि में प्रवेश किया और स्वयं को एक ऐसे वस्त्र से ढंक लिया जिससे अग्नि उसे न जला पाए । लेकिन वायु ने उस वस्त्र को होलिका से हटा कर प्रह्लाद पर डाल दिया जिससे प्रह्लाद बच गया लेकिन होलिका जल गई ।

इस लोककथा में चार जगह अपना ध्यान केंद्रित करें : प्रह्लाद, होलिका, अग्नि, वस्त्र

'ह्लाद' संस्कृत भाषा का शब्द है । ह्लाद शब्द में आ तथा प्र उपसर्ग का प्रयोग करने पर शब्द बनते है: **आह्लाद** एवं **प्रह्लाद** जिनका अर्थ होता है आनंद, उल्लास, प्रेम आदि।

होला अर्थात् मुरझा कर सुखी हुई ज्वलनशील लकड़ी अतः **होलिका** जलन , इर्ष्या द्वेश का प्रतीक है।

वस्त्र और कुछ नहीं बल्कि **राम नाम** ही है। "***रामनामजपतां कुतो भयं सर्वतापशमनैकभेषजम् । पश्य तात मम गात्रसन्निधौ पावकोऽपि सलिलायतेऽधुना ।।***"

अतः होलिका त्यौहार प्रेम, आनंद तथा उल्लास का त्यौहार है जिसमें ईर्ष्या, द्वेष तथा अन्य समस्त बुराइयों को अग्नि में दाह किया जाता है। यह सब बिना राम नाम के संभव नहीं है।

आज के दिन सभी को अधिक से अधिक राम नाम का जप करना चाहिये। आज के दिन भगवान श्रीराम का किया गया पूजन निःसंतान दम्पति को अतिशीघ्र संतान प्राप्ति कराता है।

होलिका पर भोजन कब करें

श्रावणी को रक्षाबन्धन, विजयादशमी को देवीपूजन, दीपावली को लक्ष्मीपूजन, होली को होलिका की ज्वाला देखने के बाद ही भोजन करना चाहिए। अर्थात इन कृत्यों से पूर्व भोजन नहीं करना चाहिए। भविष्यपुराण ने बच्चों और रोगी को इस नियम से छूट दी है अर्थात बच्चे और रोगी होलिका दहन से पूर्व भोजन कर सकते हैं

होली के दिन व्रत रखना चाहिये
संकल्प मंत्र : **'मम बालकबालिकादिभिः सह सुखशान्तिप्राप्त्यर्थं होलिकाव्रतं करिष्ये'**

होलिका पर्व के प्रमुख कृत्य (शास्त्रोक्त)

होलिकारोपण तथा दहन हेतु काष्ठ का संचय
हनुमान पूजन
स्त्रियों द्वारा होलिका पूजन
होलिका दहन से पूर्व उसका पूजन, अर्घ्य
होलिका दहन
दहन उपरान्त प्रदक्षिणा
होलिका की अग्नि में नया अन्न पकाना
राक्षसी के नाश हेतु अपशब्द बोलना चीखना चिल्लाना
बच्चों द्वारा काष्ठ की तलवार से आपस में क्रीड़ा करना
रात्रि में गीत गाना नृत्य करना
प्रतिपदा में धूलि वन्दन
प्रतिपदा में बसंतोत्सव मनाना, काम पूजा और चंदन मिश्रित आम का बौर ग्रहण करना (आम्र-कुसुम-प्राशनम्)
प्रतिपदा में धुलेंडी

होलिकारोपण तथा दहन हेतु काष्ठ का संचय

माघ पूर्णमासी को होलिकारोपण (होली का डाँडा रोपने) के साथ होलिकोत्सव की शुरुआत होती है। माघी पुर्णिमा के प्रभात में मनुष्य गाजे - बाजे और लवाजमे सहित नगर से बाहर वन में जाकर शाखा सहित वृक्ष लाते हैं और उसको गन्धादि से पूजकर नगर या गाँव से बाहर पश्चिम दिशा में आरोपित करके खड़ा कर देते हैं। जनता में यह 'होली', 'होलीदंड' (होली का डाँडा) एवं 'प्रह्लाद' के नाम से प्रसिद्ध होता है, किंतु इसे 'नवान्नेष्टि' का यज्ञस्तम्भ माना जाय तो निरर्थक नहीं होगा ।
होलिका के लिये काष्ठ संचय फाल्गुन शुक्ल पञ्चमी से शुरु होता है। सामान्यतः लकड़ी, गाय के गोबर के उपले और घास फूंस का एक बड़ा ढेर लगाया जाता है। इस काष्ठ को अडाडा राक्षसी का देह भी माना गया है जिसका जिसका दहन किया जाता है

फाल्गुने मासि संप्राप्ते शुक्लपक्षे सुखस्पदे ।
पञ्चमी प्रमुखास्ताः स्युस्तिथयोऽनन्तपुण्यदाः ॥
दश स्युः शोभनास्तासु काष्ठ स्तेयं विधीयते ।

हनुमान पूजन

होलिका दहन के दिन प्रातःकाल हनुमान जी पूजा की जाती है तथा उनसे प्रार्थना की जाती है कि हमारे सभी कष्टों का निवारण हो, वर्षभर कोई भी बाधा, रोग, शत्रु आदि परेशान न करे। इस दिन हनुमान जी को चोला चढ़ाकर अग्यारी की जाती है उसमें लौंग बताशा चढ़ाया जाता है हनुमान जी को चूरमे का भोग लगाया जाता है, घी का दीपक, गुग्गल की धूप दी जाती है तथा **हनुमान चालीसा**, **सुन्दरकाण्ड** पाठ के साथ **बजरंग बाण**, **हनुमान बाहुक**, **श्रीहनुमद्-वडवानल-स्तोत्र** आदि विशेष प्रभावशाली स्तोत्र का पाठ किया जाता है। हनुमान साधक रात्रिकाल में विशेष साधना करते हैं।

स्त्रियों द्वारा होलिका पूजन

होली दहन से पूर्व स्त्रियाँ होलिका पूजन करती हैं। घरों से गोबर की बनी बुरकलियां, नारियल व अन्य पूजा का सामान लेकर सज-धज कर निकलकर महिलाएं लोकगीत गाते हुए होलिका पूजन स्थल पर एकत्रित होकर परंपरागत तरीके से होलिका का पूजन करती हैं।

काठकगृह्य में एक सूत्र है 'राका होलाके', जिसकी व्याख्या टीकाकार देवपाल ने यों की है- 'होला कर्मविशेषः सौभाग्याय स्त्रीणां प्रातरनुष्ठीयते। तत्र होलाके राका देवता। यास्ते राके सुमतय इत्यादि।
'होला एक कर्म-विशेष है जो स्त्रियों के सौभाग्य के लिए सम्पादित होता है, उस कृत्य में राका (पूर्णचन्द्र) देवता है।"

होलिका दहन से पूर्व उसका पूजन, अर्घ्य

दिन में होलिका के दहन-स्थान को जल के प्रोक्षण से शुद्ध करके उसमें सूखा काष्ठ, सूखे उपले और सूखे काँटे आदि भलीभाँति स्थापित करे। तत्पश्चात् सायङ्काल के समय हर्षोत्फुल्ल मन होकर सम्पूर्ण पुरवासियों एवं गाजे - बाजे या लवाजमे के साथ होली के समीप जाकर शुभासन पर पूर्व या उत्तरमुख होकर बैठे । फिर
'मम सकुटुम्बस्य सपरिवारस्य (पुरग्रामस्थजनपदसहितस्य वा) सर्वापच्छान्तिपूर्वक - सकलशुभफलप्राप्त्यर्थं ढुण्ढाप्रीतिकामनया होलिकापूजनं करिष्ये' - यह संकल्प करे

होली जलाने के पूर्व होलिका को अर्घ्य देने का भी विधान शास्त्रों में है। अर्घ्य का मंत्र इस प्रकार है-
होलिके च नमस्तुभ्यं ढुण्ढादेवि विमर्दिनि । सर्वोपद्रवनाशार्थं गृहाणार्घ्यं नमोऽस्तु ते ॥

शास्त्रभेद से "**होलिके च नमस्तुभ्यं दृष्टा तेजो बिमर्दिनी। सर्वपिद्रव शास्त्यर्थ गृहाणर्घ्य नमोस्तुते॥**"

चाण्डाल या सूतिका के घर से बालकों द्वारा आग्नि मँगायें, अग्नि की प्रार्थना करें - **यन्मया शीतभीतेव निषिद्धाचरणं कृतम्। तर्त्सव क्षम्यताँ वहि यतः सर्व सहोभव॥**

होली जलाने के पूर्व निम्नलिखित मंत्र पढ़ना चाहिए-
दीपयाम्यद्यते घोर चिन्ति राक्षसी। सत्तमहिताय सर्व जगताँ प्रीतये पार्वतीयये॥
अर्थ यह है कि आज हम चिन्ता तथा दुःख देने वाली राक्षसी को जला रहे हैं। यह कार्य भगवान शिव को प्रसन्न करने तथा सारे संसार के कल्याण के लिए किया जा रहा है।

होली को दीप्तिमान् करे और चैतन्य होने पर गन्ध - पुष्पादि से उसका पूजन करे

असृक्पाभयसंत्रस्तै: कृता त्वं होलि बालिशै: । अतस्त्वां पूजयिष्यामि भूते भूतिप्रदा भव ।।
इसका अर्थ है कि रक्त पीने वाले राक्षसों के भय से त्रस्त होकर बालिशों द्वारा होलि की रचना की गई । अतः हे होलि, मैं तेरा पूजन करता हूं, तू मेरे लिए भूतिप्रद, समृद्धि दायक हो ।

जलती हुई होली की तीन परिक्रमा (**होलिकायाँ प्रज्चलितायाँ तमग्नि त्रिपरिक्रम्य**) करे

ॐ होलिकायै नमः
ॐ शीतोष्णायै नमः
ॐ फाल्गुन्यै नमः
ॐ आनन्दायै नमः

होलिका स्तोत्र

पापं तापं च दहनं कुरु कल्याणकारिणि।
होलिके त्वं जगद्धात्री होलिकायै नमो नमः।।
होलिके त्वं जगन्माता सर्वसिद्धिप्रदायिनी।
ज्वालामुखी दारूणा त्वं सुखशान्तिप्रदा भव।।
वन्दितासि सुरेन्द्रेण ब्रह्मणा शंकरेण च।
अतस्त्वं पाहिनो देवि भूते भूतिप्रदा भव।।
अस्माभिर्भय सन्त्रस्तैः कृत्वा त्वं होलि बालिशैः।

अतस्त्वां पूजयिष्यामि भूते भूतिप्रदा भव।।
त्वदग्नि त्रिः परिक्रम्य गायन्तु च हसंतु च।
जल्पन्तु स्वेछ्या लोकाः निःशङ्का यस्य यन्मतम्।।

तत्पश्च्यात होलीदण्ड (प्रह्लाद) या शास्त्रीय 'यज्ञस्तम्भ' को शीतल जल से अभिषिक्त करके उसे एकान्त में रख दे। तत्पश्चात् घर से लाये हुए जौ-गेहूँ की बाल और चने के होलों को होली की ज्वाला से सेंके और सभी लोग नित्य गीत वादन युक्त होकर रात्रि में विचरण करें “**ततः सर्वे जना नृत्यगीतवाद्यहासादिपुरःसरं रात्रि नयीरन्**”

होलिका के अग्नि में पके हुए अन्न को उस दिन जो व्यक्ति भक्षण करता है वह संवत्सरपर्यंत दु:ख का भागी नहीं होता है “**होलिकाङ्गारपक्वान्नं यो भक्षयति तद्दिने । यावत्संवत्सरं पूर्ण क्लेशभाक् न भवेद्धि सः**”

इस दिन ब्राह्मणो द्वारा सभी दुष्टों और सभी. रोगों को शान्त करनेवाला वसोर्धारा-होम किया जाता है

नारद पुराण पूर्वार्ध अध्याय 124 में रक्षोघ्न-मन्त्रों द्वारा अग्नि में विधिपूर्वक होम, होलिका दाह करके होलिका की परिक्रमा करते हुए उत्सव मनाने का वर्णन मिलता है

फाल्गुने पूर्णिमायां तु होलिकापूजनं मतम् ।।
संचयं सर्वकाष्ठानामुपलानां च कारयेत् । तत्राग्निं विधिवद्धुत्वा रक्षोघ्नैर्मंत्रविस्तरैः ।।
असृक्पाभयसंत्रस्तैः कृता त्वं होलि बालिशैः । अतस्त्वां पूजयिष्यामि भूते भूतिप्रदा भव।।
इति मंत्रेण सन्दीप्य काष्ठादिक्षेपणैस्ततः । परिक्रम्योत्सवः कार्य्यो गीतवादित्रनिःस्वनैः ।।
होलिका राक्षसी चेयं प्रह्लादभयदायिनी । ततस्तां प्रदहंत्येवं काष्ठाद्यैर्गीतमंगलैः ।।
संवत्सरस्य दाहोऽयं कामदाहो मतांतरे । इति जानीहि विप्रेंद्र लोके स्थितिरनेकधा ।।

यह होलिका प्रह्लाद को भय देने वाली राक्षसी है। इसलिए गीत मंगलपूर्वक काष्ठ आदि के द्वारा लोग उसका दाह करते हैं। मतान्तर में यह ‘कामदेव का दाह' है।

होलिका दहन उपरांत जलती होली की तीन परिक्रमा करने के बाद गाली गलौज करना, अपशब्द बोलना शास्त्रोक्त है। ये अपशब्द किसी मानव के प्रति घृणा की भावना से न होकर, पापिनी राक्षसी की तृप्ति के लिए हैं।

तमात्रं त्रिः परिक्रम्य शब्दैर्लिङ्गभगाङ्कितैः ।

तेन शब्देन सा पापा राक्षसी क्षयमाप्नुयात् ।। ज्योतिर्निबन्ध

तमग्नि त्रिःपरिक्रम्य शब्दैर्लिङ्गभगाङ्कितैः ।
तेन शब्देन सा पापा राक्षसी तृप्तिमाप्नुयात् ।। धर्मसिन्धु

आजकल इस शास्त्र सम्मत प्रथा का गलत रूप ही देखने को मिलता है। लोग शराब पीकर गन्दी गन्दी गाली अपने परिवार के लोगों को देना और मारपीट करना शुरू कर देते हैं। इस प्रथा का वास्तविक स्वरूप सभी के सामने लायें और समाज को कुरीति से बचायें।

बच्चों द्वारा काष्ठ की तलवार से आपस में क्रीड़ा करना

लिंगपुराण में फाल्गुन पूर्णिमा को फाल्गुनिका कहा जाता है। यह बाल-क्रीड़ाओं से परिपूर्ण है और लोगों को धन-धान्य से समृद्ध करने वाली है - **फाल्गुने पौर्णमासी च सदा बालविकासिनी। जेया फाल्गुनिका सा:च ज्ञेया लोकविभूतये।**
अतः इस दिन बच्चों का आपस में खेलना भी परम आवश्यक है।

होलिकोत्सव में बच्चों के आमोद-प्रमोद पर विशेष रूप से जोर दिया गया है। इस अवसर पर उन्हें निःशंक होकर मनमाने तौर से हंसने बोलने, खेलने कूदने एवं गाने बजाने की पूर्ण छूट दी गई है -

अभयं सर्वलोकानाँ दातव्यं पुरुषये। यथा-हयशंकिता लोका रमन्ति च हसन्ति च। दारुजानि च खड्गानि शिशिवः सप्रहर्षिताः॥

समरोत्सुक योद्धाओं की भाँति बच्चों को लकड़ी की तलवार लेकर अत्यन्त हर्ष एवं उल्लासपूर्वक घर से बाहर निकलकर खेल-कूद मचाना चाहिए।

भविष्यपुराण उत्तरपर्व के अध्याय 132 में युधिष्ठर के पूछने पर श्रीकृष्ण ने फाल्गुन पूर्णिमोत्सव का पूर्ण विवरण किया है जिसमें उन्होंने सतयुग के रघु नाम के राजा और ढोंढा नामकी राक्षसी की कथा कही है। ढोढा राक्षसी बालकों को कष्ट देती थी और उसको शांत करने का सिर्फ एक ही मंत्र था “**अडाडा**”। यह राक्षसी शोर मचाने, हो हल्लड़ करने से जल्दी शांत होती है।
युधिष्ठिर ने कृष्ण से पूछा कि फाल्गुन-पूर्णिमा को प्रत्येक गाँव एवं नगर में एक उत्सव क्यों होता है, प्रत्येक घर में

बच्चे क्यों क्रीड़ामय हो जाते हैं और होलाका क्यों जलाते हैं, उसमें किस देवता की पूजा होती है, किसने इस उत्सव का प्रचार किया, इसमें क्या होता है और यह 'अडाडा' क्यों कही जाती है। कृष्ण ने युधिष्ठिर से राजा रघु के विषय में एक किंवदन्ती कही। राजा रघु के पास लोग यह कहने के लिए गये कि 'ढोण्ढा' नामक एक राक्षसी बच्चों को दिन-रात डराया करती है। राजा द्वारा पूछने पर उनके पुरोहित ने बताया कि वह मालिन की पुत्री एक राक्षसी है जिसे शिव ने वरदान दिया है कि उसे देव, मानव आदि नहीं मार सकते हैं और न वह अस्त्र-शस्त्र या जाड़ा या गर्मी या वर्षा से मर सकती है, किन्तु शिव ने इतना कह दिया है कि वह क्रीडायुक्त बच्चों से भय खा सकती है। पुरोहित ने यह भी बताया कि फाल्गुन की पूर्णिमा को जाड़े की ऋतु समाप्त होती है और ग्रीष्म ऋतु का आगमन होता है, तब लोग हँसें एवं आनन्द मनायें, बच्चे लकड़ी के टुकड़े लेकर बाहर प्रसन्नतापूर्वक निकल पड़ें, लकड़ियाँ एवं घास एकत्र करें, रक्षोध्न मन्त्रों के साथ उसमें आग लगायें, तालियाँ बजायें, अग्नि की तीन बार प्रदक्षिणा करें, हँसें और प्रचलित भाषा में भद्दे एवं अश्लील गाने गायें, इसी शोरगुल एवं अट्टहास से तथा होम से वह राक्षसी मरेगी। जब राजा ने यह सब किया तो राक्षसी मर गयी और वह दिन अडाडा या होलिका कहा गया।

होलिका भस्म का धूलि वन्दन

फाल्गुन पूर्णिमा से अगले दिन चैत्र कृष्ण प्रतिपदा को होलिका दहन से बची भस्म का धूलि वन्दन किया जाता है। यह भस्म परम वंदनीय है। उसकी वंदना कर प्रार्थना करने से सभी दुःख शांत होते हैं "**वन्दयेद्धोलिकाभूर्तिं सर्वदुःखोपशान्तये**"

त्रेतायुग के आरंभ में पृथ्वी पर किए गए पहले यज्ञ के दूसरे दिन श्री विष्णु ने यज्ञ स्थल की भूमि को वंदन किया एवं वहां की मिट्टी दोनों हाथों में उठाकर उसे हवा में उडाया अर्थात श्री विष्णु ने विभिन्न तेजोमय रंगों द्वारा अवतार कार्य का आरंभ किया। उस समय ऋषि-मुनियों के यज्ञ की राख अर्थात विभूति शरीर पर लगाई। तब उन्हें अनुभव हुआ कि यज्ञ की विभूति पावन होती है। उसमें सभी प्रकार के रोग दूर करने का सामर्थ्य होता है। इसकी स्मृति के लिए धूलिवंदन मनाया जाता है। इसे शिमगा भी कहते हैं।

धूलिवंदन मन्त्र:
वन्दितासि सुरेन्द्रेण ब्रह्मणा शङ्करेण च।
अतस्त्वं पाहि नो देवि भूते भूतिप्रदा भव।।
हे देवि (भस्म), तुम इन्द्र, ब्रह्मा, शङ्कर द्वारा वंदित हो, अतः तुम हमें ऐश्वर्य देने वाली बनो एवं हमारी रक्षा करो।

प्रार्थना के पश्चात् नीचे बैठकर होली की विभूति को अंगूठा तथा अनामिका की चुटकी में लेकर अनामिका से अपने

माथे पर पर लगाएं। उसके उपरांत वह विभूति पूरे शरीर पर लगाएं।

भस्मधारण मन्त्र
वसन्तारम्भसम्भूते सुरासुरनमस्कृते।
संवत्सरकृतं पापं क्षमस्व मम होलिके।।
वन्दितासि सुरेन्द्रेण ब्रह्मणा शङ्करेण च।
अतस्त्वां धारिष्यामि विभूते भूतिदा भव।।

शरीर पर विभूति धारण करने के उपरान्त तेल लगाने का भी विधान शास्त्रों में है। कुछ शास्त्रकारों के मतानुसार इस दिन चौसठ योगिनियों की पूजा या यात्रा करनी चाहिए।

प्रतिपदा में बसंतोत्सव मनाना, काम पूजा और चंदन मिश्रित आम का बौर ग्रहण करना (आम्र-कुसुम-प्राशनम्)

भविष्यपुराण उत्तरपर्व अध्यायः १३२ के अनुसार
प्रतिपदा के दिन प्रातः काल उठकर नित्य क्रिया से निवृत्त होकर पितरों तथा देवताओं का तर्पण करें। जिनके माता-पिता जीवित है उन्हें अपने माता-पिता की पूजा कर सभी देवताओं को प्रणाम करना चाहिए। इसके बाद सर्व दोष शांति के लिए धूलि वन्दन कर उस भस्म को अपने सारे शरीर पर लगाएं। अब घर के आंगन को गोबर से लीपकर मूलाधार चक्र के द्योतक एक चतुरस्त्र (चौकोर मंडल) की रचना वही भूमि पर श्वेत चंदन से बिल्व या अनार की लेखनी के द्वारा करें। फिर विभिन्न रंगों के चावल से उस मंडल को अलंकृत करें। उस सुंदर मंडल के ऊपर एक पीढ़ा (आम्र काष्ठ का पाटा) या सिहासन रखें। पीढ़े या सिहासन पर पंच पल्लव से समन्वित सुवर्ण-गर्भित कलश की स्थापना करें। कलश में श्वेत चंदन युक्त उत्तम जल भरे।
तदनंतर घर की सौभाग्यवती स्त्री सुंदर वस्त्र एवं आभूषण पहनकर दही दूध अक्षत गंध पुष्प द्वारा श्री-खंड (श्वेत चंदन युक्त जल) की पूजा करें और उसमें वसोर्धारा (गाय के शुद्ध घी की धार) छोड़े। तब उसमें आम्र मंजरी डालें उस आम्र मंजरी युक्त श्री-खण्ड का प्राशन (आचमन) परिवार के सभी सदस्य करें।

चैत्र प्रतिपदा को उक्त विधि से पूजन करने से आयु की वृद्धि आरोग्य की प्राप्ति तथा सकल कामनाओं की पूर्ति होती है। इस दिन पहले दिन बना पकवान ग्रहण करने के बाद ही इच्छा अनुसार भोजन करना चाहिए। इस विधि से जो फाल्गुनोत्सव मनाता है उसके सभी मनोरथ अनायास ही सिद्ध हो जाते हैं। आधि-व्याधि सभी का विनाश हो जाता है और वह पुत्र, पौत्र धन-धान्य से पूर्ण हो जाता है।

य एवं कुरुते पार्थ शास्त्रोक्तं फाल्गुनोत्सवम् । अनायासेन सिध्यंति तस्य सर्वे मनोरथाः ।।
आधयो व्याधयश्चैव यांति नाशं न संशयः । पुत्रपौत्रसमायुक्तः सुखं तिष्ठति मानवः ।।

यह परमपवित्र विजयदायिनी पूर्णिमा सब विघ्नों को दूर करने वाली है तथा सब तिथियों में उत्तम है। “**पुण्या पवित्रा जयदा सर्वविघ्नविनाशिनी । एषा ते कथिता पार्थ तिथीनामुत्तमा तिथिः ।।**”

श्री रमादत्त शुक्ल जी के अनुसार आम्र मंगल ग्रह का वृक्ष है और मंगल ग्रह अग्नि का प्रतीक है तथा बलवर्धक आज्य (घी) पृथ्वी तत्व का। इस तथ्य का रहस्य यह है कि अग्नि तत्व (विजया या भांग, मद्य आदि मादक द्रव्य) का प्रयोग पृथ्वी तत्व (घृत, दाल आदि) के बिना नहीं करना चाहिए। इन्हीं तत्वों से सुसंस्कृत कामाग्नि का जागरण होता है, जो मानव समाज के लिए ऊर्ध्व गति अर्थात समुन्नति का मार्ग प्रशस्त करता है।

निर्णयसिन्धु के अनुसार
हेमाद्रि में भविष्य पुराण के वाक्य से लिखा है की हे महाबाहो! हे राजन! चैत्रमास की पवित्र प्रतिपदा के दिन चाण्डाल से स्वयं स्पर्श करके जो मनुष्य स्नान करता है उसको पाप और आधी व्याधि किञ्चित भी नहीं होती, इसी प्रकार चैत्रमास के आरम्भ में प्रतिपदा के दिन सूर्योदय के समय आवश्यक नित्य कर्मों को करके पितृ और देवताओं का तर्पण करें और सब दुखों की शान्ति के निमित्त होली की भस्म को प्रणाम करें। पुराणसमुच्चय के वाक्य से आम के मौल का भोजन लिखा है की शुक्ल पूर्णिमा को जब जाड़े का समय बीता हो, और प्रातःकाल वसन्त समय प्राप्त हुआ हो तब यदि मनुष्य चन्दन सहित आम के मौल को खाय तो वह वर्षदिन तक सुखी होता है, उसका मंत्र है की, हे बसंत! मैं तेरे आम और माकन्द के फूलों को चन्दन सहित सब काम अर्थ की सिद्धि के निमित्त आज पीता हूँ।
मन्त्रस्तु- **चूतमप्रय वसन्तस्य माकुन्दकुसुमेन सह सचन्दनं पिबाम्यद्य सर्वकामार्थसिद्धये**

तीन महत्वपूर्ण क्रियाएँ

कल्याण मन्दिर प्रकाशन से प्रकाशित होलिका महिमा पुस्तक के अनुसार होलिका पूजन करने के बाद तीन महत्वपूर्ण क्रियाएँ की जाती हैं -
पहली क्रिया के अनुसार कच्चे सूत से अपने शरीर को नापकर उस सूत को होली की आग में छोड़ दिया जाता है। इसकी विधि यह है कि सूत का एक छोर दाएँ पैर के अँगूठे के नीचे दाब लेते हैं, फिर दाएँ हाथ से सूत को पकड़े हुए तन कर खड़े हो जाते हैं और सूत को अपने सिर के एक हाथ ऊपर ले जाकर वहाँ से उसे तोड़ देते हैं। इस प्रकार अपने शरीर की लम्बाई के बराबर से कुछ अधिक लम्बा सूत प्रस्तुत हो जाता है। उसे समेट कर एक गोली सी बना लेते हैं और उसे अपने सिर के चरों ओर घुमाकर होलिकाग्नि में फेंक देते हैं।

दूसरी क्रिया के अनुसार सरसों के तेल और आटे को मिलाकर उबटन बनाया जाता है जिसे हाथ पैर आदि अंगों में लगाकर मैल छुड़ाया जाता है इस मैल को भी एकत्र करके होली की अग्नि में डाल दिया जाता है।

तीसरी क्रिया में होलिकाग्नि की तीन बार परिक्रमा करनी होती है।

उक्त तीनों क्रियाओं के करने के बाद उपस्थित सभी लोग एक दूसरे से गले मिलते हैं और परस्पर अबीर-गुलाल लगाते हैं तथा हास परिहास करते हैं। इन तीनों ही क्रियाओं का दूरगामी महत्व है। इनके प्रभाव से आने वाले नए वर्ष के काल में शरीर विविध प्रकार के रोगों की चपेट में आने से बचा रहता है स्वास्थ्य अच्छा बना रहता है और मन की विचारधारा सन्मार्ग की ओर उन्मुख होती है।
होली रात्रि में जलाई जाती है उक्त तीनों क्रियाएं उसी समय की जाती है और दूसरे दिन प्रातः काल उठकर होलिकाग्नि में गर्म किए गए जल से स्नान कर पुनः होलिका पूजन प्रदक्षिणा कर उसकी भस्म अपने मस्तक आदि अंगों पर लगाई जाती है तब रंगोत्सव का प्रारंभ होता है।

Essence Of Astrology
- By Lokesh Agrawal
http://essenceofastro.blogspot.com/
https://www.facebook.com/essenceofastro